

Donderdag 6 december 2007 Arnhem

Sinds een rit in een achtbaan op 30 april voelde ik een stekende pijn onder in mijn rug vlak naast de wervelkolom onder. De pijn bleef zeuren tot 30 mei, toen ik meedeed met een voetbalpartijtje tegen de E-pupillen die ik train. Bij een verkeerde pass die ik toch probeerde aan te nemen maakte ik een beweging die ervoor zorgde dat het in mijn rug schoot. De pijn voelde aan als de pijn die je voelt wanneer de tandarts iets te diep in je kies boort. De zenuwpijn straalde uit tot aan mijn rechterwreef. Ik kon alleen nog teenslippers aan mijn voeten verdragen. Na een week ben ik naar de huisarts gegaan die mij na wat experimenteren uiteindelijk Paracetamol, Tramadol, rust en veel beweging voorschreef.

Na mijn vakantie ben ik eind juli verwezen naar een fysiotherapeut. Ik heb een hernia. De oefeningen zorgden ervoor dat ik soepeler werd en dat ik bij hevige pijn zelf voor verlichting kon zorgen. De zenuwpijn was in deze periode grillig; soms iets minder maar 24 uur per dag aanwezig. Begin november, na 25 bezoeken aan de fysiotherapeut, had ik niet het gevoel dat er veel verbetering in zat. Ik had niet het gevoel dat er naar een bepaald einddoel werd gewerkt. Begrijp me niet verkeerd, de fysiotherapeut deed haar best om mij te helpen, maar na de 20e behandeling kreeg ik het gevoel dat de praktijk er genoeg van had.

Toen kwam mijn vrouw thuis met een folder van Origene. Een collega van haar is in Uden onder behandeling en vertelde over fysiotherapie met een "wonderrugspierfitnessapparaat". Er werden snelle en goede resultaten geboekt. Ik heb de website bezocht en de ervaringen van patiënten gelezen. Na de eerste behandeling voelden ze vaak al resultaat. Dat wil ik ook! Ik kon dezelfde week nog terecht bij Huub Schram in Uden. Na mijn eerste behandeling in het fitnessapparaat heb ik twee dagen lang geen uitstralingspijn naar mijn rechtervoet gevoeld. Na de tweede behandeling duurde het bijna een week voordat de eerste signalen naar mijn rechterwreef gingen. Een avond had ik een terugval omdat ik me zo goed voelde dat ik iets te fanatiek meetrainde met de F-pupillen. De volgende dag was ik echter alweer hersteld. Weer een grote vooruitgang boekte ik na de vierde behandeling. Voor het eerst sinds 7 maanden beleef ik dagen zonder dat de pijn dwars door de Tramadol heen gaat. Ik kan weer wat langer zitten en soms hou ik zelfs mijn schoenen aan en regelmatig vergeet ik pijnstillers vergeten. Dan merk ik wel dat de hernia nog aanwezig is. Ik merk het ook nog wanneer ik langer dan een half uur op een stoel zit en ook voelt het nog aan alsof bepaalde gewrichten op slot zitten. Misschien dat Origene een half jaar geleden niet zo zou aanslaan als het nu doet, maar ik wou dat mijn huisarts op de hoogte was van dit "wonderrugspierfitnessapparaat". Vanavond reis ik voor de vijfde keer van Arnhem naar Uden voor een behandeling van een kwartier. Al moet ik naar Maastricht of Den Helder!

Nico Portier